

ABSTRAK

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Tulis Ilmiah

Baiq Ananda Sherly

Implementasi Terapi Kompres Hangat Jahe Sebagai Upaya Penurunan Skala Nyeri Pada Lansia Ny. A Dengan Risiko Jatuh di Desa Tanggul

Xvi + 54 hal + 2 tabel + 3 gambar + 9 lampiran

Abstrak

Latar Belakang: Proses penuaan pada lansia menyebabkan penurunan fungsi sistem muskuloskeletal dan keseimbangan tubuh yang berkontribusi terhadap munculnya nyeri kronis dan peningkatan risiko jatuh. Pendekatan non-farmakologis salah satunya dengan pemberian kompres hangat jahe diketahui memiliki efek analgesik dan antiinflamasi melalui kandungan senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi kompres hangat jahe dalam menurunkan skala nyeri pada lansia dengan risiko jatuh.

Metode: Penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif pada seorang lansia (Ny. A) berusia 70 tahun di Desa Tanggul Jember yang mengalami nyeri lutut dan memiliki risiko tinggi jatuh. Intervensi dilakukan selama enam hari berturut-turut dengan pemberian kompres jahe hangat selama 15 menit per hari. Skala nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan risiko jatuh dievaluasi menggunakan *Timed Up and Go Test* (TUG). **Hasil:** Setelah dilakukan intervensi kompres hangat jahe, terjadi penurunan skala nyeri dari 5 (nyeri sedang) menjadi 3 (nyeri ringan). Skor TUG juga mengalami perbaikan dari 15 detik (risiko tinggi jatuh) menjadi 12 detik (fungsi keseimbangan normal). Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian kompres jahe hangat efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dan memperbaiki fungsi mobilitas. **Kesimpulan:** Terapi kompres hangat jahe dapat digunakan sebagai alternatif non-farmakologis yang efektif dalam menurunkan nyeri dan membantu mengurangi risiko jatuh pada lansia.

Kata Kunci: Kompres Hangat Jahe, Risiko Jatuh, Skala Nyeri pada Lansia,

ABSTRACT

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER
DIPLOMA III OF NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Scientific Paper
Baiq Ananda Sherly

Implementation of Warm Ginger Compress Therapy to Reduce Pain Scale in Elderly Mrs. A with Risk of Falling in Tanggul Village

XVI + 54 pages + 2 tables + 3 figures + 9 appendices

Abstract

Background: The aging process in the elderly leads to a decline in musculoskeletal function and body balance which contributes to chronic pain and increases the risk of falls. Non-pharmacological interventions such as warm ginger compresses are known to have natural analgesic and anti-inflammatory effects due to active compounds like gingerol and shogaol. This study aimed to evaluate the effectiveness of warm ginger compress therapy in reducing pain intensity in elderly individuals at risk of falling. **Methods:** This descriptive case study was conducted on a 70 years old female elderly (Mrs. A) residing in Tanggul Village Jember, who experienced bilateral knee pain and was identified as having a high fall risk indicated by an initial Timed Up and Go Test (TUG) score of 15 seconds. The intervention involved administering warm ginger compresses once daily for six consecutive days, each session lasting 15 minutes. Pain intensity was assessed using the Numeric Rating Scale (NRS), and fall risk was evaluated using the TUG. **Results:** Following the intervention, the patient's pain level decreased from NRS 5 (moderate pain) to NRS 3 (mild pain). TUG scores improved from 15 seconds to 12 seconds indicating enhanced balance function and a reduced risk of falling. **Conclusion:** Warm ginger compress therapy proved effective in reducing pain intensity and improving functional balance in elderly individuals at risk of falls. This intervention can be considered a safe, practical, and beneficial non-pharmacological option in geriatric nursing care

Keyword: *Pain Scale in the Elderly, Risk of Falling, Warm Ginger Compress*